International Journal of Applied Research 2019; 5(11): 86-88

ISSN Print: 2394-7500
ISSN Online: 2394-5869
Impact Factor: 5.2
IJAR 2019; 5(11): 86-88
www.allresearchjournal.com
Received: 12-09-2019
Accepted: 15-10-2019

मोनिका ठाकुर
परामर्शदाता/मनोवैज्ञानिक
पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय,
रायपुर छ.ग., भारत।

Corresponding Author:
मोनिका ठाकुर
परामर्शदाता/मनोवैज्ञानिक
पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय,
रायपुर छ.ग., भारत।

किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन

मोनिका ठाकुर

सार :– ये अध्ययन किशोरावस्था एवं समायोजन पर आधारित है जिसमे पूर्व किशोरा अवस्था और उत्तर किशोरावस्था पर प्रकाश डाला गया है, साथ–ही साथ समायोजन समस्या पर बल डाला गया है। इस अध्ययन मे प्रेक्षण विधि यादृच्छिक विधि प्रारंभिक परीक्षण और अंतिम परीक्षण विधि का उपयोग किया गया है। इस अध्ययन का प्रमुख रूप से किशोरावस्था की समस्या पर व्यक्तिगत समस्या, सामाजिक समस्या, स्कुली समस्या, परिवारिक समस्या पर अधिक बल डाला गया है। जिसमे शासकीय स्कुल उच्चतर माध्यमिक शाला आमानाका के स्कुली बच्चों का चयन किया गया और साथ ही कक्षा दसवीं के बच्चों का चयन किया गया है। जिसमे प्रेक्षण विधि द्वारा 20 किशोर और किशोरियों का चयन किया गया और किशोरावस्था एवं समायोजन का प्रभाव देखा गया।

मुख्य शब्द/विशिष्ट शब्द :– शासकीय स्कुल रायपुर, जिला किशोरावस्था, समायोजन समस्या, किशोर एवं किशोरिया, परामर्श

भूमिका :– किशोरावस्था बालक के विकास क्रम में आने वाली वह समस्या है, जिसमे प्रविष्ट हो जाने पर बालक न तो बालक रहता है और न ही प्रौढ़ कहा जा सकता है। इस अवस्था मे बाल्यावस्था की प्रायःसभी शारिरिक और मानसिक विशेषताओं का लोप हो जाता है और उसके स्थान पर नवीन गुणों का अविर्भात होने लगता है, विशेष रूप से किशोरो के भीतर शारीरीक, संवेगात्मक, सामाजिक तथा मानसिक चार प्रकार के मुख्य परिवर्तन दृष्टि गोचर होते है यद्यपि पूर्व किशोरावस्था मे इन परिवर्तन का स्वरूप वैसा नही होता जैसा उत्तर किशोरावस्था महत्वपूर्ण अवस्था है और इन अवस्था मे पहुंच कर बालक तेजी से विकास की पूर्णता की ओर बढ़ते लगता है। केवल बालक का तेरह वर्ष का हो जाना ही किशोरावस्था के प्रारंभ के लिए पर्याप्त नहीं समझा जाता है। वास्तव मे किशोरावस्था की शुरूवात बालक की शारिरिक आयु पर ही नहीं बल्कि उसकी भीतर उत्पन्न होने वाली शारीरिक एवं मानसिक विशेषताओं पर आधारित है।

किशोर तथा किशोरियों के भीतर यौन संबंध विशेषताएँ और उनसे संबंधित मानसिक, संवेगात्मक तथा सामाजिक परिवर्तन इस अवस्था के मुख्य लक्षण माने जाते है परन्तु व्यक्तिगत भिन्नताओं के कारण कुछ बालको के भीतर ये लक्षण अपेक्षाकृत कुछ समय बाद उदभुत होते है चूंकि किशोर मे समायोजन क्षमताओं, संवेगात्मक अनुभूतियों और समाजिक संम्बधों का स्वरूप पूर्व किशोर और उत्तर किशोर दोनो मे एक सा नही होता इसलिए किशोरावस्था को सुविधा की दृष्टि से दो उप अवस्थाओं मे बॉट दिया जाता है।

वास्तव में यह अवस्था व्यक्ति के निर्माण की अवस्था मे बनकर तैयार होती है यदि बालक को भावी जीवन मे महान बनना है तो उसे इस संल्प मे व्यक्ति के जीवन की सरिता का प्रवाह जिस ओर मोड़ दिया जाता है उसी ओर वह सदा प्रवाहित होती रहती है।

किशोर का संवेगात्मक जीवन अमेरिका के प्रसिद्ध बाल–मनोवैज्ञानिक स्टेनले हाल ने किशोरवस्था को गंभीर उथल–पुथल की अवस्था कहा है इन दोनो शब्दो अर्थात् स्टोम एवं स्ट्रेस (Stom and Strss) के द्वारा हाल के किशोर बालक बालिकाओं के संवेगात्मक जीवन की ओर संकेत किया है इस अवस्था के बालक में कुछ विशेष प्रकार का विशेषताएँ उत्पन्न हो जाती है और उसके अपने वातावरण मे कुछ ऐसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जिससे उसे अपने सामान्य समायोजन में कठिनाई का अनुभव होने लगता है, किशोरावस्था की संवेगशीलता का संबंध बालको के समायोजन समस्याओं निम्न स्तर और जिन उलझनों और निराशाओं का अनुभव होता है उनके निराशाओं का अनुभव होता है उनके जीवन मे ही संवेगात्मक विशेष रूप से देखी जाती है इस संदर्भ मे एक दूसरी बात ध्यान देने की यह है, कि इस प्रकार संवेगात्मक उथल–पुथल 13–19 वर्ष के किशोर–किशोरियों मे विशेष रूप से पाई जाती है। उत्तर किशोरावस्था मे तो बालक अपने आप को समाज मे कुछ अच्छी तरह समायोजित कर लेता है इसलिए उसके भीतर कुछ सीमा तक संवेगात्मक स्थिरता के लक्षण दृष्टि गोचर होने लगते है।

पूर्व किशोरावस्था मे जिन बालको का समायोजन निष्कूट कोटि का रहता है वे उत्तर बाल्यावस्था में प्रायः उसे उत्तम कोटि का नहीं बना पाते और यदि उत्तर किशोरवस्था मे कोई बालक अपना समायोजन उत्तम कोटि का बना सकने मे असफल रहे तो वह जीवन पर्यन्त संवेगात्मक उथल–पुथल का शिकार बने रहते है।

प्रायः जीवन के समस्त पहलूओं मे समायोजन आवश्यक होता हैं जीवन के विभिन्न क्षेत्रो मे सफल होने के लिए व्यक्ति में समायोजन करने की क्षमता होनी चाहिए। तनाव पूर्ण स्थितियों से वह किस प्रकार सफल हो। इसका उसे ज्ञान होना चाहिए। उसे ऐसा स्थितियों से दूर रहना चहिए जो असमायोजन को प्रोत्साहन देती हो तथा मन की शांति को विध्नित करने को अग्रसर हो दूसरे शब्दों मे कहा जा सकता है कि जीवन का दुसरा नाम समायोजन है। समायोजन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके माध्यम से व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं इच्छाओं एवं प्रेरणाओं तथा उन्हें संतुष्ठ करने वाले कारको के बीच एक सतुंलन कायम करता है इसमे व्यक्ति मे बाह्य तथा आन्तरिक दोनो ही परिवर्तन की जरूरत होती है।

उद्देश्य :– इस अध्ययन का मुख्य उद्देयश्य यह परीक्षा करना कि किशोरावस्था एवं समायोजन समस्या क्यों होता है । किशोरावस्था मे समायोजन समस्या होती है उसमें सामाजिक, व्यक्तिगत परिवर्तन, स्कूली वातावरण, पारिवारिक वातावरण क्यों जिम्मेदार है? किशोरावस्था के इन समस्याओं के लिए संवेगात्मक, व्यवहारात्मक शारीरिक परिवर्तन हार्मोनल परिवर्तन क्यों जिम्मेदार है? इस अध्ययन के लिए स्कुली बच्चों को लिया गया जो किशोरावसथा की समस्या एवं समायोजन पर आधारित है। जिसमे कक्षा दसवी के बच्चों का चयन किया गया और उस पर प्रभाव देखने के लिए किशोरावस्था के बच्चो का चयन किया गया है जिससे समस्यओं का पता सीधे–सीधे लगाया जा सकता है इस अध्ययन को करने के लिए परीक्षण का उपयोग किया गया है जिसमे किशोरवस्था की समस्या और समायोजन को किस प्रकार समझ कर इस समस्या का परामर्श द्वारा बच्चों को किशोरावस्था एवं समायोजन द्वारा समस्याओं का समाधान किया जाए, इसके लिए शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला आमानाका रायपुर, के बच्चों को लिया गया है। और ये देखा गया कि क्या किशोरावस्था में समायोजन का प्रभाव पड़ता है?

अध्ययन मे समस्या :– ये पता लगाना कि किशोरावस्था के बच्चों मे कौन–कौन सी समस्या होती है और स्कूल के वातावरण मे कौन–कौन सी समस्या होती है। जिसके कारण किशोरो और किशोरियों को समायोजन संबधित समस्या होती है? जिसमे कुछ बिन्दु है।

1. क्या किशोरावस्था मे परिवारिक पृष्ठभूमि के कारण समायोजन मे परिवर्तन होता है।
2. क्या किशोरावस्था मे स्कूली वातावरण, सामाजिक वातावरण के कारण समायोजन मे परिवर्तन होता है?
3. क्या किशोरावस्था मे व्यक्तिगत समस्या के कारण किशोरावस्था मे समस्या होती है?
4. क्या समायोजन की समसयाओं के कारण किशोरावस्था मे समस्या होती है।
5. किशोरावस्था मे समायोजन की समस्या (13–19 वर्ष) के स्कुली बच्चें में अधिक होती है। कक्षा बच्चों मे अधिक समस्या होती है। जिसकी वजह से इसका चयन किया गया?
6. किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन की समस्या के लिए स्कूल का चयन इसलिए किया गया क्योंकि किशोरवस्था की समस्या एवं समायोजन इसी उम्र के बच्चों मे मिलती है?
7. किशोरावस्था के विषय का चयन इसलिए किया गया क्योंकि इसमे सबसे ज्यादा परिवर्तन किशोरावस्था मे ही देखने को मिलता है?

इस सारे बिन्दु पर विचार करने के लिए एवं इसे विस्तार से जानने के लिए इस विषय का चयन किया गया।

आकड़ो का संग्रहण :– सर्वप्रथम इस अध्ययन के लिए शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला आमानाका रायपुर के स्कूल का चयन किया गया जिसमे किशोरावस्था की समस्या 13–19 वर्ष के बच्चों का चयन करना था इसलिए कक्षा दसवी के बच्चों का चयन किया गया चयन के पश्चात् प्रेक्षण विधि द्वारा कक्षा के बच्चों का प्रेक्षण कर उस बच्चों मे से यादृच्छिक विधि द्वारा 20 बच्चों का चयन किया गया जिसमे से दस किशोर और दस किशोरियो का चयन किया गया। इसके पश्चात् 20 किशोरावस्था के बच्चों के साथ सौहार्द स्थापना (मेल) कर उन बच्चों के परीक्षण भरने के लिए अच्छी तरह निर्देश को समझाया तथा परीक्षण भराया गया किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन समस्या परीक्षाण भरवाया गया इस परीक्षा द्वारा समस्याओं वाले किशोर–किशोरियों का चयन कर उसके स्कोरिंग द्वारा किया गया जिसके अनुसार परीक्षण के बाद उन पाँच बच्चों का परामर्श विधि द्वारा परामर्शो किया गया और फिर उनका पुःन परीक्षण किया गया और यह देखा गया कि पहले परीक्षण और परामर्श के बाद पुनः परीक्षण मे तुलनात्मक रूप से कितना परिवर्तन हुआ। इस परीक्षण का स्कोर कुछ इस प्रकार हो।

समस्या क्षेत्र अंक प्रतिशतक स्थान प्रतिशकबैड़ मानक

मामला संख्या	क्षेत्र	पंक्ति स्कोर	प्रतिशतता श्रेणी	प्रतिशतता बैंड	मानदंड
1	A	12	25	22.28	औसत से ऊपर
	B	16	76	76.080	काउंसलिंग का मामला
	C	0	0	0.1	गैर बहुत कम
	D	10	17	16.18	औसत से कम
2	A	20	58	55.61	औसत
	B	20	91	89.93	काउंसलिंग के लिए मामला
	C	4	58	57.59	औसत
	D	19	52	51.53	औसत
3	A	16	38	35.41	औसत से ऊपर
	B	20	91	89.93	काउंसलिंग के लिए मामला
	C	3	39	38.40	औसत
	D	28	82	81.83	औसत से ऊपर
4	A	35	91	88.94	काउंसलिंग के लिए मामला

	B	30	98	96.100	काउंसलिंग के लिए मामला
	C	7	89	88.90	काउंसलिंग के लिए मामला
	D	43	98	97.99	काउंसलिंग के लिए मामला
5	A	10	19	16.21	औसत
	B	31	98	96.100	काउंसलिंग के लिए मामला
	C	3	39	38.40	औसत
	D	6	9	8.10	औसत से कम

समायोजक परीक्षण

केस	केस स्कोर	पर्सेंटाइल रैंक नॉर्म	नॉर्म
1	117	20	औसत
2	153	60	औसत
3	166	75	उच्च
4	168	80	उच्च
5	102	5	औसत से कम

कार्य प्रणाली :– इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य यह पता लगाना है कि किशोरवस्था एवं समायोजन यह पता लगाना है कि किशोरवस्था एवं समायोजन का प्रभाव पड़ता है या नहीं, इस उद्देश्य को सम्पन्न करने हेतु।

सर्वप्रथम पं. रविशंकर शुक्ल परिसद रायपुर स्कूल के कक्षा दसवीं का चयन किया उसके पश्चात् प्रेक्षण विधि द्वारा कक्षा के बच्चों को प्रेक्षण कर उस बच्चों में से यादृच्छिक विधि द्वारा बीस बच्चों का चयन दस लड़के तथा दस लड़कियों के साथ रैपो बनाकर उन बच्चों के परीक्षण भरने के लिए (YPI) यूथ प्राब्लम इन्वेट्री जिसके निर्देश अच्छी तरह समझा दिया गया तथा परीक्षण को भरवाया गया परीक्षण भरवानें के तीन दिन बाद दूसरा परीक्षण समायोजन मापनी भरवाया गया इस परीक्षण को भरवानें से पहले रैपो बनाकर निर्देश अच्छी तरह समझाकर भरने को कहा गया इस परीक्षण में किशोरावस्था समस्या एवं समायोजन का अध्ययन किया गया, YPI परीक्षा में एशिया मे चार एरिया का अध्ययन किया गया, परिवारिक समस्या, स्कुल समस्या, समाजिक समस्या एवं व्यक्तिगत समस्या का परीक्षण किया गया तथा दूसरे परीक्षण किया गया तथा दूसरे परीक्षण में किसी एक एरिया का समायोजन परीक्षण किया गया। इन परीक्षण में कोई समय निर्धारित नही है इस प्रकार प्रयोज्यो से परीक्षण किया गया। इन परीक्षण में स्कोरिंग किया गया। उसके बाद पाँच बच्चों का काऊसलिंग कर उनसे पुनः परीक्षण भरवाया गया फिर प्रारंभिक परीक्षा तथा पुनः परीक्षण में से प्राप्तांक को देखा गया तथा उसमें तुलना किया गया।

परिणाम :– उपरोक्त अध्ययन ये स्पष्ट रूप से देखा गया कि किशोरावस्था में किशोरावस्था एवं समायोजन समस्या पाई जाती है। इसे स्पष्ट करने के लिए हमने यूथ प्रोब्लम इनवेट्री, समायोजन समस्या मापनी परीक्षण लगाया गया था। दसवीं कक्षा के बच्चों में लगवाया गया जिसे यह और भी स्पष्ट रूप से सिद्ध हुआ। उसके पश्चात् हमने बच्चों और उनके माता–पिता और परिवार का परामर्श दिया गया जिससे किशोरावस्था एवं समायोजन समस्या इन बच्चों मे पारिवारिक सामाजिक, व्यक्तिगत, स्कुली समस्या में एवं समायोजन में सुधार हुआ।

निष्कर्ष :– किशोरावस्था में किशोरावस्था एवं समायोजन समस्या के उपरोक्त अध्ययन से यह निष्कर्ष निकला कि किशोरावस्था की समस्या ज्यादा दिखाई देती है और यदि सही तरीके से इसका परामर्श दिया जाए तो किशोरावस्था की समस्या एवं समायोजन का

प्रभाव पूरी तरह से दूर किया जा सकता है उपरोक्त अध्ययन के द्वारा यह स्पष्ट भी हुआ है कि किशोरावस्था समायोजन की समस्या का निदान हुआ है एवं बच्चों के साथ परिवार, माता, पिता को भी किशोरावस्था एवं समायोजन समस्या के बारे मे जागरूक किया गया है।

संदर्भ ग्रंथ :–

1. अस्थाना एच. एस. समायोजन प्रश्नावली (1950)
2. पाठक पी.डी. शिक्षा मनोविज्ञान (2000)
3. भार्गव महेश आधुनिक मनोवैज्ञानिक परीक्षण एवं मापन (2010)
4. सिम्पसन एवं जोन्स ब्लेयर जर्सीसल्ड राम बाबू गुप्त विकासात्मक मनोविज्ञान (1975)
5. वर्मा डॉ. मिथलेश यूथ प्रोब्लम इन्वेट्री (1975)
6. श्रीवास्तव अनिता विकासात्मक मनोविज्ञान (2012)
7. श्रीवास्तव डॉ. डी. एन. आधुनिक प्रायोगात्मक मनोविज्ञान (2013)